

PA

366

Médiathèque VS Mediathek



1010809617

PA 366

Deuxième édition.



Louèche-les-Bains



par le Dr E. de La Harpe

DU MÊME AUTEUR

La Suisse balnéaire et climatérique, ses eaux minérales, bains, stations climatériques d'été et d'hiver, établissements hydrothérapiques, etc. 1 vol. de 400 pages avec carte. Zurich, C. SCHUBERT, 1891.

Des Ecartis fébriles passagers chez la femme en couches. Thèse de la faculté de Zurich, 1876.

Coup d'œil sur la méthode désinfectante en chirurgie. Lausanne, 1877.

Hygiène de la seconde enfance. Mémoire couronné par la Société française d'hygiène. 1880.

Note sur un cas d'arrachement du tendon extenseur phalangien. *Revue médicale de la Suisse romande*, 1880.

Note sur une fausse-membrane croupale. *Ibid.* 1882.

Fièvre typhoïde, ataxie choréiforme, aphasie. *Ibid.* 1883.

Sciatique, élongation, guérison. *Ibid.* 1884.

Une visite à Davos. *Ibid.* 1885.

A winter visit to Davos. *British medical Journal*. 1885.

Notes sur les cas de variole et de scarlatine observés au Lazaret communal de Lausanne (1884-1886). Lausanne, 1888.

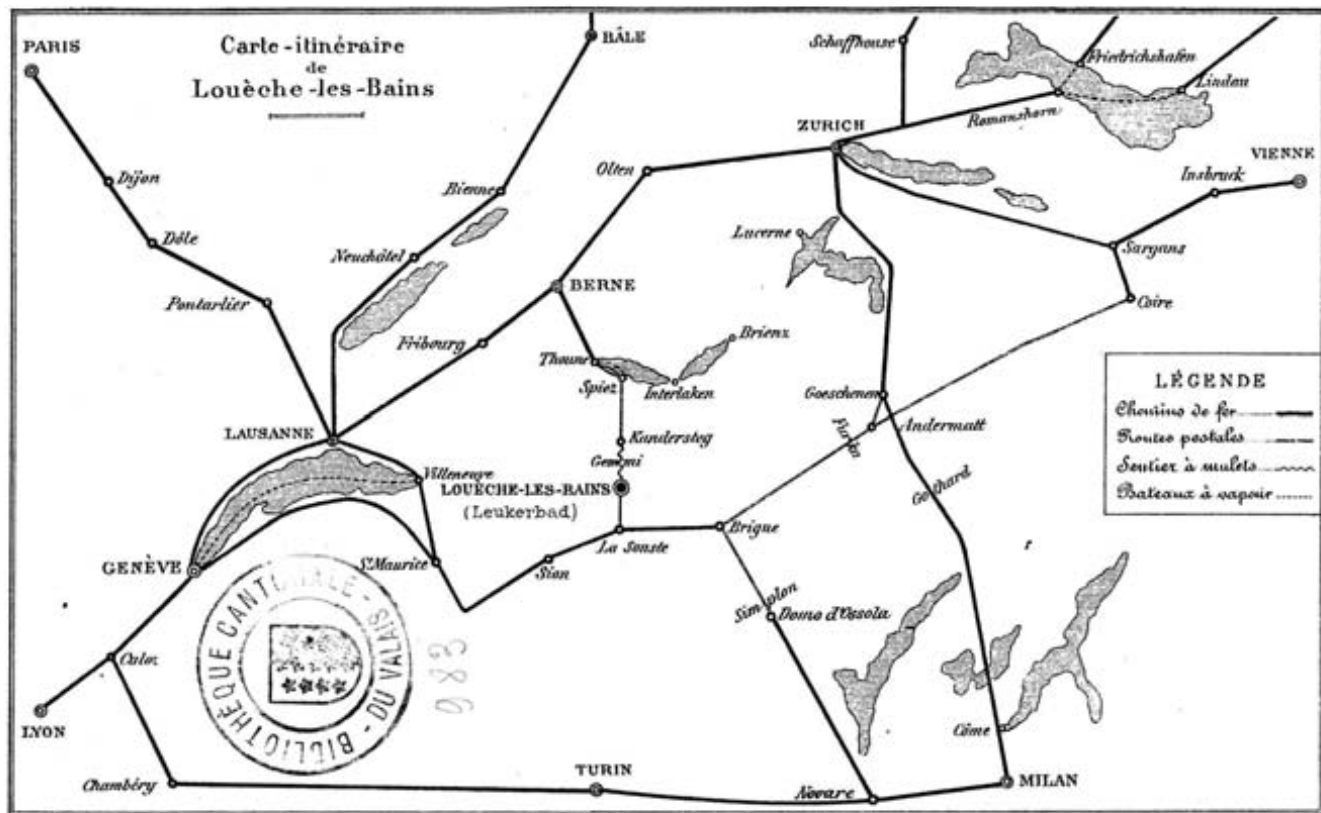
Note sur l'eczéma des ongles. Avec 1 planche. *Revue méd. de la Suisse romande*. 1889.

Le climat d'altitude, leçon inaugurale du cours de balnéothérapie et de climatothérapie. *Ibid.* 1893.

TRADUCTIONS

Atlas de microscopie clinique, par le Dr PEYER 100 planches en chromolithographie. Paris, 1886. BERTHIER

Le pansement antiseptique, ses principes, ses nouvelles méthodes. Manuel pratique, par J. DE NUSSHAUM, professeur de clinique chirurgicale à Munich. 2^e édition. Paris, 1888. J.-B. BAILLIÈRE.



Louèche-les-Bains

SES EAUX THERMALES

SON CLIMAT D'ALTITUDE

NOTICE MÉDICALE

PAR LE

D^r EUGÈNE DE LA HARPE

PRIVAT-DOCENT A L'UNIVERSITÉ DE LAUSANNE,
MEMBRE CORRESPONDANT DE LA SOCIÉTÉ D'HYDROLOGIE MÉDICALE DE PARIS,
DE LA SOCIÉTÉ FRANÇAISE D'HYGIÈNE,
MÉDECIN AUX BAINS DE LOUÈCHE PENDANT LA SAISON.

2^{me} EDITION

PARIS
LIBRAIRIE J.-B. BAILLIÈRE ET FILS
19, RUE HAUTEFEUILLE, 19
près le boulevard Saint-Germain



TABLE DES MATIÈRES

	Page
Situation et historique.	3
<i>Louèche, station balnéaire.</i>	
Les sources	9
Composition de l'eau de Louèche	11
Cure de Louèche par les bains prolongés	13
Indications de la cure par les bains prolongés	20
Contre-indications	25
Bains courts	26
Emploi de l'eau de Louèche en boisson	28
<i>Louèche, station d'altitude.</i>	
Climat.	32
Indications et contre-indications	37
<i>Renseignements divers.</i>	
Itinéraire	40
Epoque favorable à la cure	42
Durée de la cure	42
Etablissements de bains et d'hydrothérapie	43
Tarif des bains	45
Hôpital	46
Hôtels, poste, pharmacie	46
Promenades et excursions	47



LOUËCHE-LES-BAINS

Situation et historique.

LOUËCHE-LES-BAINS ¹, station balnéaire et station d'altitude, est situé dans le canton du Valais (Suisse), au milieu d'une haute vallée qui se détache de celle du Rhône, se dirige d'abord du sud au nord, puis s'infléchit brusquement vers le nord-est. Un torrent sauvage, la Dala, la parcourt dans toute sa longueur et va se jeter dans le Rhône. L'ouverture de la vallée se trouve à peu de distance à l'ouest de la station de chemin de fer de *la Souste-Louèche*, sur la ligne de Lausanne-Brigue. Louèche-les-Bains est à 7 1/2 kilomètres au nord de cette gare, à vol d'oiseau.

Le touriste, en remontant la vallée, la voit se rétrécir peu à peu et finir par former un étroit et pittoresque

¹ LOËCHE, LOËCHE, LOUESCH, LOUESCHE, en allemand BAD LEUK, LEUKERBAD. Il est indispensable d'adresser les lettres avec la suscription *Louèche-les-Bains* pour prévenir toute confusion avec *Louèche-la Ville*, dans la vallée du Rhône.

défilé, à 2 kilomètres au sud de Louèche. Puis, il pénètre dans une région plus ouverte, plus large, couverte de belles prairies; les rochers s'écartent et vont former au loin une gigantesque barrière.

Au centre de ces prairies se dresse sur une terrasse élevée la silhouette des grands hôtels et des bains de Louèche. Plus loin, ce sont de noires forêts de sapins; plus loin encore des rochers sauvages, et tout au fond la blanche pyramide neigeuse du *Balmhorn*, se dessinant sur le ciel d'un bleu intense.

Le village (environ 700 habitants) est placé au point où la vallée se dirige vers le nord-est. Il est à cheval sur la Dala : sur la rive gauche, les sources, les bains, les hôtels, l'église avec quelques maisons; sur la rive droite, le village proprement dit, composé de nombreux chalets, disposés suivant un grand arc de cercle le long du chemin de la Gemmi.

La place du village, où jaillit la principale source, celle de St-Laurent, a une altitude de 1411 mètres au-dessus du niveau de la mer.

De toutes parts, des montagnes abruptes entourent Louèche, sauf au sud et au nord-est, c'est-à-dire dans l'axe même de la vallée. Au nord-ouest, elles forment une paroi de rochers, verticale et nue, de 800 mètres de hauteur; c'est la *Gemmi*. On y a créé artificiellement, par des lacets hardiment dessinés sur les pentes ou creusés dans le roc, un large sentier, qui compte parmi les curiosités les plus intéressantes des Alpés suisses.

Autrefois, on ne parvenait dans ces hautes régions qu'avec difficulté, par de mauvais sentiers à peine pra-

ticables pour les bêtes de somme. Les peuplades primitives ont, dans leurs migrations, poussé leurs troupeaux le long du flanc ouest de la vallée jusque dans les gras pâturages de Louèche, laissant comme trace de leur passage une singulière pierre entaillée à Bodmen. D'anciens tombeaux de l'époque celtique, des antiquités romaines, sépultures, médailles ou monnaies, ont été trouvés à plusieurs reprises dans le village ou ses environs (en 1891 encore, on a ouvert une tombe contenant de fort beaux ornements en bronze).

Les sources thermales, découvertes, dit la tradition, par de hardis chasseurs, paraissent avoir été connues et utilisées dans les temps les plus reculés. Louèche est sans aucun doute une des plus anciennes stations balnéaires de la Suisse. Les documents relatifs à la première période du moyen-âge manquent ; mais il existe des données historiques certaines à partir des XIII^e et XIV^e siècles, concernant soit le passage de la Gemmi, soit les sources thermales.

Vers la fin du XV^e siècle, et au début du XVI^e, deux prélats éclairés, Jost de Sillinen et le célèbre cardinal Schinner, ont puissamment contribué au développement de Louèche, en faisant construire des auberges ou des bains. Schinner fit édifier près de la source St-Laurent, sur l'emplacement occupé maintenant par l'hôtel de France, une grande maison en pierre.

Mais la vallée est chaque année le théâtre d'un phénomène aussi redoutable que grandiose, les avalanches : la neige, tombée sur les pentes des montagnes, se précipite soudain en masse dans la région inférieure en

anéantissant tout, déracinant les arbres, démolissant les maisons et ensevelissant leurs habitants. Heureusement pour ceux qui viennent demander la guérison aux sources de Louèche, ces phénomènes n'ont lieu qu'en hiver.

Louèche a dû lutter de tout temps contre ce danger toujours renaissant d'année en année. En 1518, entre autres, une avalanche renversa toutes les constructions et arrêta l'essor de la station balnéaire. Le village fut rebâti, et se développa pendant le cours du XVII^e siècle, bien que les avalanches eussent été nombreuses. Mais en 1719, une nouvelle catastrophe survint : la neige emporta tout, bains et auberges, et 50 maisons, y compris celle du cardinal Schinner, qui semblait devoir braver par sa solidité tous les accidents à venir ; 55 personnes perdirent la vie.

Louèche se remit lentement de cette crise aiguë ; une partie des habitants quitta le voisinage immédiat des bains, considéré comme trop dangereux, et émigra sur la rive droite de la Dala. Plusieurs avalanches moins terribles firent encore des dégâts pendant le XVIII^e siècle, quoiqu'une barrière eût été élevée à l'est du village pour prévenir le retour de ces accidents. Démolie peu à peu par la neige, elle fut remplacée en 1829 par un mur de 250 mètres de longueur sur 6 mètres de hauteur et environ 8 de largeur, couvert actuellement de mélèzes. Il se trouve à peu de distance du village, au-dessus et à l'est de l'hôtel de la Maison Blanche.

A partir de cette époque commença une ère nouvelle pour Louèche. Les hôtels actuels furent bâtis l'un après l'au-

tre, et purent offrir aux baigneurs le confort auquel ils ont le droit de prétendre. Seuls, les moyens d'accès laissaient beaucoup à désirer, car depuis la vallée du Rhône il fallait monter à pied ou à cheval. En 1851 fut achevée, après 8 années de travaux, la route qui conduit de la Souste à Louèche-les-Bains. Ses nombreux lacets, habilement distribués le long de la vallée, permettent aux voitures de tout genre d'arriver sans difficulté à la porte des hôtels. Elle a un développement total de 15 kilomètres.

En 1875, on prit des mesures pour prévenir définitivement les avalanches, en fixant la neige dans les hautes régions d'où elle se précipite sur Louèche; pour cela on établit dans les couloirs où elle glisse des murs de barrage, sorte de digues transversales destinées à la retenir. Ces travaux se sont montrés fort efficaces. Accomplis avec une vraie audace sur des pentes vertigineuses, ils font le plus grand honneur aux ingénieurs valaisans.

Enfin, fait important pour Louèche, la voie ferrée qui pendant de longues années s'arrêtait à Sierre, fut, en 1877, construite jusqu'à la Souste, à l'entrée de la vallée de la Dala, au point le plus rapproché des bains. Le voyage en voiture fut ainsi réduit au minimum possible. Depuis 1889, la compagnie du Jura-Simplon fait circuler sur la ligne du Valais un train express qui parcourt la distance de Lausanne à la Souste en 3 heures, abrégeant ainsi notablement le voyage.

Il reste encore à relier Louèche à la vallée du Rhône

par un chemin de fer, ce qui ne saurait tarder bien longtemps. Cette ligne servirait aux baigneurs de Louèche et au trafic de marchandises qu'ils font naître, et en outre aux nombreux touristes qui traversent chaque jour la Gemmi.



LOUËCHE, STATION BALNÉAIRE

Les sources.

Il existe une vingtaine de sources disséminées le long des rives de la Dala ; les plus importantes seules sont utilisées.

La *source St-Laurent* jaillit au centre du village, à l'angle nord de la place ; elle est fort abondante et fournit environ deux millions de litres en vingt-quatre heures, c'est-à-dire 1400 litres à la minute, près d'un mètre cube et demi. Sa température est de 51°. 35 ; on ne peut guère y tenir longtemps la main. C'est une belle source, sortant du sol avec impétuosité, et assez abondante, comme disait COLLINUS en 1559, pour faire tourner la roue d'un moulin. Des bulles de gaz viennent de temps en temps éclater à sa surface. Les dalles de pierre qui l'encaissent sont recouvertes d'une couche d'algues en filaments veloutés, rouges ou brunâtres.

Cette source alimente cinq établissements de bains

savoir le *Grand Bain*, le *Bain Werra*, le *Bain Neuf*, le *Bain St-Laurent*, et le *Bain de l'Hôpital* ou *Bain des Pauvres*.

Au-dessus du village, sur la rive gauche du torrent, on a capté trois sources utilisées, comme la source St-Laurent, depuis des siècles.

La *source du Bain de Pieds* se trouve à 200 mètres environ au nord-est de l'hôtel des Alpes. Température, 39°. 25. Utilisée autrefois, comme son nom l'indique, pour les affections ulcéreuses des extrémités inférieures, elle était couverte d'un simple abri en planches et le baigneur plongeait ses pieds directement dans le bassin de la source. Actuellement, ses eaux sont conduites dans un vaste réservoir pour alimenter les douches des établissements de bains.

La *source des Pauvres*, ou des *Lépreux*, à 200 mètres plus à l'est, a 41° 50; elle est distribuée en partie à ce même réservoir, en partie aux bains des Alpes. On lui attribuait autrefois des propriétés vomitives (*Brechquelle*).

Plus haut, à dix minutes de marche de la source St-Laurent, à l'endroit où la Dala est traversée par un pont, se trouve l'emplacement des *sources des Guérisons*, au nombre de 10 à 12; température, 48°. 75. Ces sources avaient jadis la réputation d'être spécialement efficaces, comme leur nom l'indique. Un bain avait été bâti dans cet endroit, ainsi qu'une auberge. Tout fut détruit par les avalanches et l'on dut abandonner cet emplacement. En 1838, des fouilles furent faites, les filets d'eau qui allaient se perdre dans la Dala furent captés avec soin et l'eau fut conduite aux Bains des Alpes,

dont elle alimente les piscines et les douches, conjointement avec une partie de la source des Pauvres.

- La composition de l'eau de ces sources est semblable à celle de la source St-Laurent.

Toutes ces eaux, y compris celle de St-Laurent, se troublent parfois pendant quelques jours sans que l'on puisse en savoir la cause : ainsi le 14 août 1844, à la suite de fortes ondées, ce phénomène se produisit pour les sources des Guérisons et de St-Laurent (LORETAN). Après le tremblement de terre du 25 juillet 1855, il en fut de même pour la source des Guérisons, tandis que celle de St-Laurent resta claire (GRILLET).

Une source fort intéressante, appelée *Roosgülle*, et jusqu'à présent inutilisée, se trouve au-dessous du village, à quelques mètres de la grand'route. Autrefois mince filet d'eau, elle a pris tout à coup un volume considérable à la suite du tremblement de terre de 1855. L'eau, très abondante (environ 500 litres à la minute), a une température de 47°. 2 (1889). Elle est grisâtre, trouble, fortement chargée de gaz qui s'échappent en bulles très nombreuses. L'analyse n'en a pas été faite. C'est une ressource pour l'avenir. GRILLET a proposé de l'utiliser pour une piscine de natation. Dans ce but, il serait facile de relever l'eau au niveau des établissements de bains du village.

Composition de l'eau de Louèche.

L'eau de la source St-Laurent, qui peut servir de type, est transparente et absolument inodore ; elle n'a

aucune odeur sulfureuse. Dans les piscines ou « carrés », elle contient parfois de petites masses brunâtres qui flottent comme une pellicule à sa surface et s'attachent à la peau et aux vêtements de bain. Ces matières ne sont point dues à la malpropreté de l'eau, comme on le dit parfois, mais ce sont des parcelles d'algues arrachées par l'eau aux parois des réservoirs quand le niveau baisse dans ceux-ci.

Le goût de l'eau de la source St-Laurent est fade, légèrement ferrugineux. Au toucher, elle donne d'abord une impression savonneuse, puis elle rend la peau rude et dure.

Voici la composition de l'eau, d'après l'analyse de LUNGE, 1885, pour un litre :

	Gramme		Gramme
Sulfate de calcium	1.4286	Arsenic, carbonate de	
Sulfate de magnésium	0.2691	cuivre, sulfate de baryum, phosphate de	
Sulfate de sodium	0.0871	calcium, fluorure de	
Sulfate de strontium	0.0019	calcium, acide azotique, substances organiques	
Carbonate de calcium	0.0965		Traces
Carbonate de magnésium	0.0206		
Carbonate ferreux	0.0001		
Carbonate de manganèse	0.0002		
Chlorure de sodium	0.0012		Total 1.9476
Chlorure de potassium	0.0112		
Chlorure de lithium	0.0003	Gaz libres : acide carbonique	
Chlorure d'ammonium	0.0001	1.97 centimètre cube; oxygène	
Alumine	0.0005	0.66 centimètre cube; azote,	
Silice	0.0302	7.21 centimètres cubes.	

Les principaux éléments de l'eau de Louèche sont donc le sulfate de chaux (environ un gramme et demi par litre), le sulfate de magnésie (25 centigrammes), le carbonate de chaux (10 centigrammes), le sulfate de soude (8 centigrammes). Notons encore la présence de

la silice (3 centigrammes). L'eau n'est pas sulfureuse, comme on le dit souvent à tort.

En résumé, *eau sulfatée calcique (gypseuse) et calcaire, fortement thermique, jaillissant à une altitude élevée*, telle est la caractéristique de notre station. Le facteur *altitude* est très important et ne saurait être négligé; j'examinerai plus loin ses éléments et sa valeur.

Cure de Louèche par les bains prolongés.

C'est la cure de Louèche primitive, telle qu'une expérience séculaire l'a constituée; c'est elle qui fait apparaître la « poussée », ce curieux exanthème, sujet intéressant d'observations et de discussions toujours renouvelées. Les bains prolongés, appliqués d'après une méthode absolument empirique, donnent chaque année les plus beaux succès. Mais on doit se garder de les administrer d'une façon aveugle et machinale: il faut doser leur durée pour chaque cas en particulier; le malade doit être pris en considération aussi bien et plus que la maladie. S'il est de nombreux sujets robustes qui peuvent abuser du bain prolongé sans inconvénients graves, il en est beaucoup d'autres qui doivent se tenir dans les justes limites que leur trace un médecin expérimenté.

Le malade débute par un bain d'une demi-heure à une heure, et augmente la durée de son bain chaque jour d'une quantité qui varie et que le médecin traitant détermine pour chaque cas, suivant la susceptibilité et la force du sujet. Il arrive ainsi progressivement à 4, 5, 6 heures de bain, et même au-delà; autrefois, on allait

jusqu'à 12. Je n'ai pas dépassé 6 heures, et j'ai constaté avec 3 heures déjà les effets thérapeutiques de l'eau thermale.

Les heures de bain sont partagées entre le matin et l'après-midi, d'une façon inégale, le plus grand nombre d'heures étant consacré à la séance du matin. Beaucoup de malades ne se baignent que le matin.

La température des bains varie de 33 à 34 degrés ; elle se maintient donc dans la zone neutre indifférente. Au-dessus de 34°, la chaleur paraît rapidement trop élevée, et le bain est difficile à supporter.

Arrivé à son maximum d'heures, le baigneur y reste un certain nombre de jours. On voit bientôt, dans la plupart des cas, apparaître sur sa peau un exanthème spécial, la « *poussée* », qui va désormais régler la durée de la cure. Le malade diminuera ses heures de bain, « *débaignera* », suivant l'expression sacramentelle, lorsque la poussée, après avoir atteint son maximum, commencera à décroître. Ses bains cesseront quand la poussée aura disparu. Cette diminution a lieu graduellement, comme a eu lieu l'augmentation du commencement.

L'eau fait au début une impression savonneuse sur la peau, mais au bout de quelque temps d'immersion, cette sensation fait place à une certaine rudesse, à des démangeaisons ou à un sentiment de cuisson plus ou moins marqués suivant les sujets. La peau est notablement hyperémiée, même chez des baigneurs qui n'auront pas la poussée.

La poussée a acquis à Louèche une telle importance que je ne puis me défendre d'en tracer ici au moins une

courte esquisse, en renvoyant le lecteur désireux d'en étudier une description détaillée à l'excellente monographie de GRILLET ¹.

Au bout d'un nombre de jours variable, le baigneur sent un certain malaise, l'appétit diminue parfois, la langue se recouvre d'un léger enduit saburral, d'autres fois, il y a un petit mouvement subfébrile, le sommeil est moins bon. En général, le malade se sent fatigué, abattu. Ces signes sont les prodromes de la poussée.

La poussée fait rarement défaut (environ dans le 9 % des cas que j'ai observés). Elle débute, en général, dans la 2^e semaine du traitement (69 % de mes observations), plus rarement dans la 3^e (20 %) et encore moins souvent dans la 1^{re} (11 %). Elle se présente le plus souvent vers le 10^e ou 11^e jour; mais le moment de son apparition varie beaucoup: je l'ai notée au 3^e jour déjà, après 10 heures de bain, et je l'ai vue retarder jusqu'au 23^e. Contrairement à ce que l'on pourrait croire à priori, la nature de la peau, sa délicatesse, ne permettent pas de dire d'avance si le baigneur aura la poussée ou non, ou quelle en sera la nature.

Le début de la poussée a lieu aux genoux, aux coudes, à la face interne des cuisses et des bras. Elle est rare sur les mains et les pieds: cependant, chaque année, j'observe une ou deux fois de beaux placards de poussée sur ces régions. La poussée se localise aux extrémités supérieures et inférieures, au thorax, au dos, à l'abdomen. Elle s'arrête, en général, au cou et ne se montre

¹ J.-H. GRILLET. *Loèche-Bains*, Genève, 1866.

pas à la face (ce qui montre bien qu'elle est d'origine externe).

La poussée a les formes les plus diverses. Tantôt c'est un érythème léger plus ou moins intense, tantôt une rougeur qui affecte la teinte et le dispositif de la rougeole; on peut voir aussi une poussée scarlatiniforme qui ne diffère en rien de la teinte foncée de la scarlatine. Parfois la surface rouge offre de petites pustules qui se coiffent d'une vésicule plus ou moins saillante ou d'une croûte. Enfin, phénomène plus rare, la peau tendue et luisante se fendille, un suintement a lieu et les régions humides ressemblent en tous points à des placards d'eczéma aigu.

La peau est le siège de démangeaisons et d'un sentiment de brûlure qui souvent ne se calment que pendant la durée du bain. REICHENBACH¹ a fait remarquer que l'eau agit alors en empêchant le contact de l'air avec un tégument plus ou moins irrité, parfois excorié. En outre, elle enlève de la chaleur aux surfaces enflammées. Aussi les malades trouvent-ils froid un bain qui leur avait paru trop chaud jusqu'alors. Cette action sédative se fait surtout remarquer quand la poussée est intense, et l'on voit des malades soupirer après l'heure du bain.

Après sa période d'état, la poussée diminue et se termine par une desquamation plus ou moins fine, suivant l'importance des modifications qu'a subies la peau. Si l'on continue à prendre des bains aussi longs, on s'expose à voir reparaître une nouvelle poussée quand la

¹ REICHENBACH, *Théorie physiologique des cures d'eau thermale à Louèche-les-Bains*. Paris, 1876.

peau sera revenue à son état normal après avoir parcouru son cycle inflammatoire. C'est pour éviter ces « retours de poussée » désagréables, prolongeant la cure, que l'on débaigne dans la mesure où l'éruption primitive pâlit.

La durée totale de la poussée est fort variable ; elle augmente pendant 3 à 5 jours, reste stationnaire pendant 2 à 10 jours, puis décroît plus ou moins rapidement. Rien n'est plus capricieux que cet exanthème, qui dépend non seulement de la durée de l'immersion dans l'eau, mais de sa température et de facteurs plus difficiles à apprécier, constitution du sujet, exercice, promenades, régime, etc. Les exercices violents accompagnés d'une forte transpiration, courses de montagne, danse, etc., ravivent parfois une poussée que l'on croyait éteinte, au grand désespoir de plus d'un baigneur impatient de terminer sa cure.

La poussée s'accompagne souvent de fièvre légère, avec dépôt briqueté dans les urines ; souvent aussi l'embarras gastrique est extrême, la langue très sale, et l'inappétence absolue vient remplacer tout à coup l'appétit naguère vorace. Dans quelques cas rares, cet état gastrique se complique de vomissements ou de diarrhée.

Tous ces signes sont probablement l'expression de la profonde perturbation amenée dans les fonctions de respiration cutanée et de sudorification par le séjour dans le milieu aqueux et par les modifications inflammatoires de la peau. Parfois celle-ci est très tuméfiée aux extrémités, et la fièvre apparaît.

Quelque opinion que l'on puisse avoir sur cet exan-

thème balnéaire, il est certain qu'en présence d'une forte poussée, le médecin doit avouer qu'il est peu d'agents révulsifs aussi énergiques et d'une action aussi durable et aussi générale.

Qu'est-ce que la poussée ? Impossible aujourd'hui de la prendre pour la sortie d'une matière peccante, d'humeurs quelconques. C'est un érythème artificiel, un « résultat vital et de réaction de l'imbibition prolongée, d'une sorte de saturation de la peau par une eau chaude légèrement chargée de sulfate de chaux ¹. »

On considérait autrefois l'éruption balnéaire de Louèche comme spécifique, en s'appuyant d'une part sur la production de la poussée par la simple ingestion de l'eau, de l'autre, sur le fait que la poussée cesse et disparaît quoique le sujet qui en est porteur continue à se baigner.

Pour ce qui est du premier point, il s'agit là d'observations anciennes et mal contrôlées : il est admis à présent que jamais l'eau de Louèche prise en boisson ne donne la poussée.

Quant au second point, on peut parfaitement se représenter que la peau enflammée ne subit plus le même effet de l'eau que dans son état normal, « que les conditions anatomiques de la peau opposent une barrière à l'action irritante des principes minéraux... la réaction inflammatoire isole les tissus vivants du corps irritant. » Une fois la peau revenue par desquamation à son état

¹ D'ESPINE (de Genève), Notice sur la poussée de Louèche. *Gaz. méd. de Paris*, 1858.

normal, elle peut recommencer le cycle d'une poussée nouvelle, quoique moins forte que la première.

On cherchait aussi autrefois à établir la spécificité de l'action des eaux de Louèche en affirmant qu'elles seules pouvaient guérir la poussée après l'avoir fait naître : l'observation objective a établi qu'il n'en est rien et qu'il suffit dans ce but de simples soins hygiéniques, si l'on ne peut terminer sa poussée à Louèche.

Que deviennent les affections cutanées sous l'influence de ces bains prolongés ? Les croûtes ou squames tombent, l'hyperémie diminue, l'infiltration de la peau s'atténue ; les efflorescences pâlisent et disparaissent souvent pendant le cours du traitement balnéaire ou dans les semaines qui suivent.

D'ailleurs, les résultats ne doivent être considérés comme définitifs que plusieurs semaines après la fin de la cure, car il faut du temps pour que la peau, irritée par la poussée, retrouve son état normal.

Pour les malades qui ne sont pas atteints de dermatose, ce sont les propriétés révulsives de la poussée et la sédation produite par le bain prolongé qui me semblent constituer les principaux agents du traitement.

En résumé, les eaux de Louèche en bains prolongés agissent, non par des forces mystérieuses, ou par une prétendue absorption des principes qu'elles contiennent, mais 1° par la *puissante modification* qu'elles impriment au système cutané. Le bain prolongé a une influence profonde sur le tégument, influence qui se résume en ces termes : macération, hyperémie de la peau, poussée ;

2° par la *révulsion énergique* que la poussée crée à la surface aux dépens de l'intérieur du corps;

3° par l'*effet sédatif* considérable que le bain prolongé a sur le système nerveux.

Enfin, sans aucun doute, le *climat d'altitude* est un facteur important d'une cure à Louèche. Il permet, on peut le dire, la cure par les bains prolongés, qui, pour beaucoup de malades, ne serait pas possible à la plaine.

Toutes ces explications ne valent pas d'ailleurs la constatation expérimentale des succès de Louèche dans nombre de cas, et notons-le, dans les cas qui ont essayé en vain les cures les plus diverses. Certains malades que les eaux ne guérissent pas reviennent cependant leur demander un soulagement qui dure plus ou moins longtemps. Il en est même qui se soumettent ainsi périodiquement aux épreuves d'une poussée des plus fortes parce qu'ils ont reconnu que seule cette cure améliore leur état pendant quelque temps (par exemple, de nombreux psoriasiques).

Indications de la cure par les bains prolongés.

Je les classerai comme suit : A. *Maladies de la peau*. B. *Rhumatisme et goutte*. C. *Affections des organes internes*, notamment des organes de l'*appareil sexuel de la femme*. D. *Affections diverses*.

A. *Maladies de la peau*. Ce sont elles qui ont fait depuis longtemps la réputation de Louèche. On peut affirmer sans exagération, dit GRILLET, que presque toutes les maladies cutanées, depuis les formes légères les plus

bénignes jusqu'aux plus graves, aux plus compliquées, depuis le simple prurigo jusqu'au psoriasis, y trouvent, sinon une guérison complète, du moins une amélioration notable.

Les limites forcément restreintes de cette notice ne me permettent pas d'entrer dans de trop longs détails. Je me bornerai à citer les affections les plus importantes auxquelles nos bains prolongés conviennent.

1° En premier lieu, l'*eczéma* et les affections de la même famille, *herpès*, *lichen*, *impétigo*, *ecthyma*, *pemphigus*. L'*eczéma*, dans ses diverses variétés, est la dermatose la plus fréquemment rencontrée à Louèche ; il figure pour moitié dans ma statistique des malades faisant la cure par les bains prolongés.

Les *formes chroniques* de l'*eczéma* seules conviennent à cette cure ; les formes aiguës ne supportent en général pas l'irritation produite par les eaux. A ce point de vue, il faut ranger avec l'*eczéma* aigu ces cas chroniques en apparence, où l'*eczéma* reparaît perpétuellement en poussées aiguës séparées par des intervalles de guérison fictive.

Les porteurs d'*eczémas* chroniques et invétérés ne devraient pas se résigner à leur sort avant d'avoir essayé les eaux de Louèche.

Après les *eczémas* aigus, guéris par les moyens usuels, les malades ont souvent du prurit ; leur épiderme est encore jeune et sensible. Des bains courts, prudemment administrés, leur seront fort utiles ; on demandera à l'eau son action styptique et sédative, en évitant soigneusement toute trace de poussée.

L'action favorable de la cure se fait sentir non seulement sur les eczémas qui siègent sur des parties plongées dans l'eau, mais aussi sur ceux de la face et du cuir chevelu.

Une forme d'eczéma qui est souvent très améliorée par Louèche, c'est l'*eczéma des jeunes gens*, eczéma plus ou moins scrofuleux, plus ou moins impétigineux, tel qu'on le voit souvent à la face, au pli du coude, au creux poplité, etc. ; il est bon en pareil cas de réitérer la cure.

2° *Affections sèches* de la peau, *prurigo*, *pityriasis*, *ichthyose*, *psoriasis*, etc Pour cette catégorie d'affections, la cure doit être portée au maximum possible.

Dans le *psoriasis*, on obtient le nettoyage de la peau, la disparition des efflorescences, la diminution des démangeaisons et de l'état de nervosité qui harcèlent souvent les malheureux malades et les privent de sommeil.

Le psoriasis est incurable à Louèche comme ailleurs ; mais on observe des « guérisons » qui durent quelques mois, un, deux ans et plus. En vérité, la cure balnéaire, bien que fatigante, contraste agréablement avec le traitement par les pommades, onguents, collodions, etc., souvent irritants, toujours désagréables, que les malades doivent appliquer à domicile. Aussi les psoriasiques comptent-ils parmi les clients les plus fidèles de Louèche.

Dans l'*ichthyose*, la cure amène le nettoyage de la peau, et l'on cherche par une forte poussée à modifier si possible les conditions de circulation et de sécrétion d'un tégument en général paresseux et inerte.

Dans le *prurigo*, c'est moins la poussée que l'effet sédatif que l'on attend de la balnéation.

3° *Erythèmes, érysipèles récidivants, urticaire chronique*. Cette dernière affection est souvent guérie ou fortement améliorée, après avoir eu parfois une recrudescence pendant la cure elle-même.

4° *Acné, furonculose*. Cure symptomatique, utile en ce sens qu'elle accélère la maturation des glandes prêtes à constituer la papule acnéique ou le furoncle et qu'elle modifie heureusement la circulation cutanée. L'acné qui dépare trop souvent la figure des jeunes gens des deux sexes, se trouve souvent fort bien de la cure, répétée s'il le faut.

5° *Ulcères scrofuleux, variqueux*.

Telles sont, me semble-t-il, les dermatoses les plus accessibles au traitement par les bains prolongés. D'une façon générale, plus l'affection est chronique, plus il paraît justifié d'essayer l'action modificatrice de la poussée.

B. *Rhumatisme et goutte*. Une autre catégorie importante de malades qui viennent chercher le soulagement à Louèche, ce sont les *rhumatisants* et les *goutteux*, savoir ceux qui sont atteints de *rhumatisme* ou de *goutte chroniques* avec *raideurs, déformations, gonflements articulaires*. L'eau prise en boisson est un adjuvant utile en pareil cas. Ces malades prennent tantôt des bains prolongés, tantôt des bains courts ; tout dépend du but que l'on veut atteindre, révulsion ou sédation. La douche, le massage sont largement employés. Les résultats sont très favorables. Les malades de cette catégorie choisiront avec soin la meilleure époque de la saison pour leur cure, savoir du commencement de juillet à la fin d'août.

En développant le service du massage, en créant

quelques étuves, Louèche pourrait offrir aux rhumatisants des ressources égales à celles d'Aix et de Baden, sinon aussi luxueuses, dans un climat d'été agréable, à l'abri des chaleurs étouffantes de la plaine.

C. *Affections des organes internes.* L'influence dépressive qui s'exerce lors de la poussée sur les organes internes indique l'emploi des bains dans l'*engorgement chronique des organes abdominaux*, dans les *maladies du foie*, certains cas d'*ictère*, de *stase veineuse* dans l'abdomen avec *hémorroïdes*, dans la *phlébite*, suite de couches ou rhumatismale.

En outre, dans les affections des *organes du petit bassin* chez la femme : *métrite* chez des rhumatisantes ou goutteuses ; *congestion chronique* de l'utérus, suite d'involution défectueuse ; *exsudats péricutérins* ; *ovarite*. Le caractère sédatif de la cure la feront choisir pour les cas de ce genre compliqués d'*hyperesthésie*, de *névralgies* dans la région génitale. Ajoutons-y les *névralgies utérines* proprement dites, le *vaginisme*, le *prurit vulvaire* et la *dysménorrhée nerveuse*.

Les modifications heureuses produites par la cure sur les *catarrhes génitaux* expliquent sans doute la réputation qu'elle possède depuis longtemps de pouvoir guérir la *stérilité*.

D. *Affections diverses.*

1° *Catarrhes chroniques des muqueuses*, souvent basés sur la *scrofule* ou sur ces états mal définis que l'on a qualifiés d'arthritisme, d'herpétisme, savoir les *catarrhes chroniques* des *régions naso-pharyngiennes*, des *voies aériennes*, des *organes génito-urinaires*, la *leucorrhée*.

La cure excite les fonctions de la peau, dérive à son profit la circulation interne; en même temps, le climat d'altitude agit par ses éléments toniques sur la constitution en général.

2° *Contractures et raideurs articulaires, paralysies et névralgies rhumatismales*, affections du système nerveux périphérique qui ne sont la suite ni d'hémorragie ni d'inflammation.

3° La cure de Louèche est fréquemment conseillée aux *syphilitiques*, non point pour traiter des accidents en pleine évolution (dans ce cas, au contraire, elle est nuisible), mais pour servir de pierre de touche quand le traitement a guéri le malade, ou l'a tout au moins blanchi. Au moment de la poussée, si le virus est encore actif, on peut voir reparaître les syphilides qui tranchent par leur coloration spéciale sur le rouge de la poussée. Par son climat, Louèche a aussi d'excellents effets sur ces malheureux malades affaiblis par l'usage prolongé ou immodéré des médicaments altérants, mercure ou iodure de potassium.

Contre-indications de la cure de Louèche par les bains prolongés.

La cure de Louèche classique exige du malade une force de résistance suffisante pour répondre à la perte continuelle de chaleur qui se fait dans le bain, à la sédation extrême du système nerveux et à la fatigue qui en

est la conséquence. C'est dire que cette cure sera contre-indiquée pour tous les sujets faibles, délicats, amaigris, et pour ceux dont le système nerveux, déjà affaibli, redoute une sédation nouvelle.

Les malades atteints d'*affections cardiaques* se trouvent mal de l'altitude et ne supportent pas ce genre de bains; cela est vrai non seulement pour ceux qui sont atteints d'une maladie organique, mais aussi pour les personnes qui ont une surcharge graisseuse de cet organe, ou qui souffrent de troubles purement nerveux. Il faut déconseiller aussi ce traitement aux personnes âgées, atteintes d'*athérome artériel*, d'*artériosclérose* ou ayant plus ou moins d'*asystolie*.

La *tuberculose* interdit les bains prolongés; les tuberculeux trouveront à Louèche dans le climat d'altitude et parfois dans l'hydrothérapie et l'eau en boisson d'autres agents curatifs.

Les *affections fébriles*, les *hémorragies*, la *tendance aux hémorragies*, la disposition à l'*apoplexie*, à la *congestion céphalique*, les *tumeurs malignes*, l'*épilepsie*, la *débilité extrême*, la *syphilis* à la période d'état contre-indiquent aussi la cure de Louèche.

Bains courts.

L'abus évident de la cure par les bains prolongés, abus qui date d'une époque déjà bien lointaine, a fait croire au public médical qu'elle est la seule pratiquée et conseillée dans notre station. Aussi n'est-il pas inutile de dire qu'à côté de cette cure classique, je prescris à

Louèche des bains courts de toute durée, 1/2 heure, 3/4 d'heure, etc.

Ces eaux sont, dans ces conditions, l'équivalent des eaux chaudes et faiblement minéralisées de *Ragatz*, *Plombières*, *Gastein*, *Wildbad*, et de tant d'autres stations célèbres où se rendent en foule les personnes *rhumatisantes* et *nerveuses*. Louèche leur offre, comme ces localités, un puissant moyen de sédation; il faut seulement remarquer qu'il y a ici union du *bain*, facteur sédatif, et du *climat d'altitude*, facteur tonique. Cette combinaison favorable mérite d'attirer l'attention des médecins.

Ces propriétés sédatives de nos bains sont spécialement utiles aux personnes nerveuses, à qui le séjour de la montagne, désirable pour leur santé générale, donne de l'insomnie, un état d'excitation; elles se trouveront calmées par un bain ou deux par jour, soit à la température des grands carrés, soit à une température spécialement indiquée par le médecin, et réalisable dans un carré particulier.

Les bains courts sont utiles contre le *prurit de la peau*, les *démangeaisons consécutives à l'eczéma*.

Dans les cas d'*anémie*, de *faiblesse*, de *convalescence*, d'*affections nerveuses à caractère asthénique*, il est préférable de remplacer les bains par les pratiques de l'*hydrothérapie*. Notre station est pourvue des installations hydrothérapiques nécessaires dans ce but, alimentées soit par l'eau chaude naturelle à 40 °, soit par de l'eau froide à 7 ° environ, toutes deux avec une pression suffisante.

Emploi de l'eau de Louèche en boisson.

L'eau de Louèche est bue soit comme adjuvant du traitement balnéaire, soit comme moyen thérapeutique spécial. On la prend par verrées de 150 à 200 grammes, à jeun, parfois dans le bain même. Elle stimule la sécrétion urinaire et la transpiration; elle donne parfois au début un peu de diarrhée; dans d'autres cas, elle constipe. Quelquefois elle est mal tolérée et enlève l'appétit, surtout prise en trop grande quantité. Toutefois, bue à dose modérée, je l'ai vue en général ne pas occasionner de troubles digestifs.

L'eau de Louèche est une eau sulfatée calcique (gypseuse, voir sa composition page 12); elle a la plus grande analogie avec l'eau de Weissenbourg, dans le canton de Berne; elle contient plus de sulfate de chaux que cette dernière (1.42 gr. au lieu de 0.95 gr.) et plus de carbonate de chaux (9 centigrammes contre 3 centigrammes). Mais les autres sulfates sont présents en quantité à peu près égale dans les deux eaux.

Je viens de dire que l'eau est bue comme adjuvant du traitement par les bains; elle augmente les urines et la transpiration. On l'a conseillée aussi dans la *dyspepsie*, les *diarrhées chroniques*, les *engorgements des organes abdominaux*, les *hémorroïdes*, les *rhumatismes*, la *cachexie mercurielle*. Sa composition et ses qualités diurétiques, qui la rapprochent de l'eau de Contrexéville¹,

¹ Eau sulfatée calcique froide, contenant 2.3 gr. de sels, dont 1.16 gr. de sulfate de chaux, 23 centigr. de sulfate de soude, et 40 centigr. de bicarbonate de chaux.

font comprendre son utilité dans les *affections catarrhales des voies urinaires*.

Je conseille la boisson de l'eau surtout aux *rhumatisants* et aux *goutteux*, pour augmenter la diurèse.

Enfin, dans certains cas de *phtisie* et de *catarrhe chronique des bronches*, l'eau de St-Laurent peut être bue comme celle de Weissenbourg. Mais, est-il besoin de le dire, il n'y a aucun rapport entre Louèche et Weissenbourg au point de vue du climat.



LOUÈCHE, STATION D'ALTITUDE

Louèche présente de grands avantages pour les malades qui doivent séjourner à la montagne. Le village est situé à 1411 mètres¹, c'est-à-dire à une élévation suffisante pour que l'air soit véritablement l'air des Alpes.

L'accès en est facile, grâce à la large route qui permet d'arriver en voiture jusqu'aux hôtels.

Le village est placé sur des pentes couvertes par de belles prairies, orientées à l'ouest et au sud-ouest.

Les hôtels et les bains se trouvent sur une terrasse élevée au-dessus du torrent, de sorte que les eaux de pluie ne stagnent point et que le sol sèche rapidement.

Les hautes montagnes diminuent la fréquence et la violence des vents; elles sont pourtant assez éloignées pour que la vallée ait une certaine largeur, permettant l'accès du soleil de 7 à 5 heures en été.

Il n'y a pas de glaciers à proximité, ce qui met

¹ Altitude de l'atlas Siegfried. La carte Dufour indique 1415 mètres.

Louèche à l'abri de ces coulées d'air froid souvent si dangereuses dans certaines stations de montagne, même de faible altitude.

Au sud de la station s'étend une belle forêt de sapins et de mélèzes, où l'on arrive en 10 minutes, par une large allée horizontale plantée d'arbres, telle qu'on en voit rarement à la montagne à pareille altitude. A cette allée succède un sentier large et commode, un vrai chemin, à pentes faibles, traversant la forêt sur une longueur de 1 1/2 kilomètre. Cette forêt constitue un des plus sérieux avantages de Louèche : située sur le flanc est de la vallée elle n'est point humide. De nombreux bancs rustiques y sont disséminés. Depuis 1892, grâce à l'enlèvement de barrières gênantes, les personnes âgées ou faibles, les infirmes, peuvent y être conduits dans de petites voitures de malades.

Un autre endroit agréable pour la station en plein air se trouve à 5 minutes au nord des établissements thermaux. C'est un bois de mélèzes, situé sur la rive gauche de la Dala, derrière l'hôtel des Alpes. L'air y est sans cesse rafraîchi et mis en mouvement par le courant rapide de ce torrent. Les malades s'y rendent surtout pendant les journées les plus chaudes.

Ajoutons enfin à ces qualités naturelles le confort qu'offrent les hôtels, et, ce qui n'est pas à dédaigner à la montagne, la proximité des secours médicaux. Ce dernier point a une réelle importance. Que de fois, en effet, des personnes délicates ou malades ne se sont-elles pas trouvées arrêtées par un retour de leur mal ou par une affection aiguë, au fond d'un vallon perdu

où elles faisaient un séjour de montagne, à plusieurs heures, à un jour même de distance d'un médecin !

Climat.

Enfin et avant tout, Louèche a un climat d'été favorable aux malades.

Jusque dans ces dernières années, il était imparfaitement connu. Mais en 1884, il a été créé à l'Hôpital une station météorologique rattachée au grand réseau suisse. On y fait toute l'année, avec une régularité intelligente et digne d'éloges, des observations météorologiques qui donneront à la longue des résultats d'un grand intérêt. Ils sont déjà fort instructifs au point de vue de la chute d'eau et de l'humidité relative, ainsi que je l'ai déjà fait remarquer ailleurs¹.

Voici le résumé météorologique des 4 mois d'été, juin, juillet, août et septembre, d'après les observations des années 1885 à 1892.

La *pression barométrique* est en moyenne de 647.2. Elle varie peu; on a noté exceptionnellement 632.6 comme minimum et 654.8 comme maximum.

La *température moyenne* est peu élevée :

	7 h.	1 h.	9 h.	Minimum moyen	Maximum moyen
Juin	10.2	15.2	10.1	3.4	22.0
Juillet	10.6	16.5	11.1	5.0	23.1
Août	10.1	16.6	11.5	4.8	23.1
Septembre	8.1	14.1	8.6	0.7	19.3

¹ DE LA HARPE, *Climat de Louèche-les-Bains*. Congrès international d'hydrologie. Paris, 1889.

Le minimum, qui est assez bas, phénomène normal à la montagne à cette altitude, tombe en général sur la nuit ou les premières heures du jour.

Le maximum n'est jamais excessif. Par exemple, en 1892, année très chaude partout, le thermomètre n'a pas dépassé à l'ombre 26.3.

L'humidité relative est très faible ; en voici les moyennes par mois :

	7 h.	1 h.	9 h.	Minimum moyen
Juin	73	59	70	28
Juillet	75	56	69	30
Août	74	56	69	28
Septembre	77	66	75	43

En comparant ces moyennes avec celles d'autres stations bien plus élevées, par exemple Davos (1560 mètres) et St-Moritz (1769 mètres), on constate qu'à 7 heures et à 9 heures la différence est très sensible en faveur de Louèche. En revanche, à 1 heure, St-Moritz a des chiffres plus faibles encore.

Le climat estival de Louèche se fait donc remarquer par la sécheresse considérable de son air, malgré une température peu élevée. Il n'est pas rare de voir l'hygromètre tomber de 90-85 le matin à 52, même à 38 l'après-midi, ou bien encore marquer 48-50 tout le jour. Parfois même, l'air de la nuit est très sec, l'hygromètre indiquant, par exemple, 52 à 8 1/2 heures du soir, 71 à 10 1/2 heures. En quelques heures d'ailleurs, à cette altitude, sous l'influence du soleil, l'humidité relative passe d'un maximum élevé à un minimum très bas.

La *pluie* se répartit comme suit : juin, 93 millimètres ;

juillet, 130; août, 109; septembre, 83; total, 415. Le total moyen de l'année est de 801 millimètres, chiffre très bas, eu égard à l'altitude. Louèche a une chute d'eau plus faible que celle des stations de la plaine suisse (1 mètre en moyenne) et participe donc, malgré son altitude élevée, au régime de la vallée du Rhône, qui offre, de Martigny à Brigue, le minimum de pluie de toute la Suisse.

Il est clair que ces chiffres ont la valeur et les défauts de toutes les moyennes; il se produit, comme ailleurs, des variations importantes, suivant les années.

Etat du ciel en général. On compte en moyenne, sur les 122 jours de ces 4 mois d'été, 47 jours *complètement* clairs, 27 jours couverts, *sans pluie*, et 48 jours où il tombe de la pluie (quelque faible qu'en soit la durée ou la quantité). Voici leur répartition par mois :

	Juin	Juillet	Août	Septembre
Jours clairs	9	10	13	15
Jours couverts	9	8	6	4
Jours avec pluie	12	13	12	11

Le *brouillard* n'est pas fréquent, même lorsque les cimes voisines sont couvertes de nuages. Dans les 4 années 1889-1892, j'ai noté, pour juillet et août, un total moyen de 4 jours avec brouillard dans la vallée.

Vents. Sur 100 observations faites à l'Hôpital, on compte 84 fois le vent très faible ou le calme, 10 fois le vent du nord-ouest et 3 fois celui du sud-ouest. Les autres directions du vent, ensemble, 3 fois.

Louèche a donc un régime de vents assez spécial, ce qui est dû aux montagnes qui l'entourent de tous côtés,

sauf au nord-est, d'une muraille d'un millier de mètres d'élévation. Le seul vent qui ait normalement accès dans la vallée est celui du nord-est, qui y souffle fréquemment par le beau temps. Le vent du nord-ouest, le plus souvent noté dans ces observations, me semble être un remous du vent du nord ou du nord-est contre les hauts rochers qui ferment la vallée à l'ouest. Le fœhn ne se fait pas sentir, bien que l'on voie les nuages chassés avec rapidité par ce vent du côté du nord-ouest.

D'ailleurs, l'air n'est pas à Louèche aussi tranquille que les chiffres ci-dessus le feraient croire; leur faiblesse est sans doute due à la position de l'Hôpital, au fond de la vallée. Par le beau temps, s'il ne souffle pas un vent du nord-est ou du nord-ouest, comme je viens de le dire, on constate l'existence d'un vent de la vallée, parfois violent dans le milieu du jour, remontant vers les rochers et semblant venir du sud-ouest. Il en résulte que l'air est rarement lourd, même lors de la forte chaleur du milieu du jour. Souvent, quand l'air est agité au village, il est tranquille dans la forêt; c'est un asile où les malades peuvent passer de longues heures en plein air.

Pour résumer ces longs détails, je dirai que Louèche a en été un climat sec en général, modérément chaud au milieu du jour, avec fraîcheur notable du matin et du soir; l'humidité relative, très faible à 1 heure et sensiblement plus forte à 7 heures et à 9 heures, reste toutefois, même à ces heures-là, inférieure à l'humidité de l'air d'autres stations élevées. Malgré cela, les malades et les baigneurs doivent avoir soin de se couvrir chaudement quand ils sortent le soir ou le matin. Le vent du

nord (N-E ou N-W) est le plus fréquent ; il amène le beau temps, augmente encore la sécheresse de l'air, fait monter le baromètre et agit d'une façon excitante et tonique sur l'organisme. Le rayonnement nocturne est considérable, grâce à la pureté extrême de l'air ; la différence entre la nuit et le jour se sent d'autant plus que les pentes s'échauffent beaucoup aux rayons du soleil pendant la journée. L'air, rafraîchi chaque nuit, n'atteint jamais une température excessive. L'insolation est très forte, mais la légèreté de l'air permet la marche au soleil sans se sentir étouffé par la chaleur. On peut apprécier assez exactement l'état général du temps, en été, en disant que sur 100 jours on compte 39 jours de soleil, 21 couverts et 40 avec plus ou moins de pluie. La nature du terrain et la forte évaporation de l'eau font que le sol sèche rapidement après la pluie.

Enfin, terminons par quelques qualités que Louèche partage avec toutes les stations de montagne : augmentation de l'insolation, de l'intensité lumineuse, pureté de l'air.

Tout cet ensemble fait du climat de Louèche un excellent climat de montagne. Malades et bien portants s'y sentent fortifiés, vivifiés.

L'air y est léger, expression banale, mais bien vraie ; il semble qu'il pénètre plus facilement dans la poitrine, et que la marche, le travail des muscles, sont plus faciles.

Ces phénomènes sont dus, sans doute, au fait que le sang se débarrasse plus aisément de l'acide carbonique, produit d'usure des muscles.

Les effets du climat de montagne se font sentir sur

tout l'organisme: la circulation périphérique est activée, le sang se porte à la peau; la quantité de vapeur d'eau et d'acide carbonique éliminée par les poumons (le seul processus que l'on puisse soumettre à un contrôle exact) est augmentée; il doit en être de même pour l'élimination qui se fait par la peau. Le sang paraît aussi fixer l'oxygène de l'air plus facilement qu'à la plaine; le nombre des globules rouges augmente. L'appétit s'améliore, la nutrition se fait mieux. En un mot, le climat d'altitude a sur l'organisme une action tonique et stimulante¹.

En résumé, les qualités incontestables du climat de Louèche et les avantages que cette station possède comme facilité d'accès, promenades, proximité de la forêt, présence de secours médicaux, etc., en font un séjour d'altitude qui peut être, à juste titre, recommandé aux malades.

Indications.

L'air vif et fortement tonique de Louèche convient à ces natures *lymphatiques*, pâteuses, qui ont besoin d'une stimulation énergique, dont le sang demande à circuler, dont la peau est paresseuse, la digestion lente, l'appétit capricieux.

Il convient aussi aux *convalescents*.

L'*anémie*, la *chloro-anémie*, se trouvent bien d'un séjour à Louèche. Il en est de même de la *cachexie* et de l'*anémie paludéennes*. Comme adjuvants à cette cure climatique, nous trouverons des moyens thérapeutiques

¹ DE LA HARPE, *Le climat d'altitude*, leçon d'ouverture du cours de balnéothérapie, Revue méd. de la Suisse romande, 1893.

excellents soit dans les bains courts, soit surtout dans les divers procédés de l'hydrothérapie.

Parmi les nombreuses maladies auxquelles l'altitude est souvent utile, citons d'abord l'*anorexie*, certaines *dyspepsies*, notamment celle qui se greffe sur la *neurasthénie* ; puis les affections chroniques des *organes respiratoires*, l'*asthme nerveux*, les *catarrhes du sommet*, les *lésions qui succèdent à la pneumonie*, les cas de *pleurésie chronique* où le poumon tarde à revenir à l'état normal après la disparition de l'exsudat, la *tuberculose*.

L'excellente influence du climat d'altitude dans la tuberculose va s'affirmant chaque jour davantage. Les derniers travaux des médecins les plus compétents montrent qu'aucun climat ne saurait lui être comparé, même de loin, au début de cette redoutable maladie. Il est efficace aussi dans les périodes plus tardives. Les *hémorragies pulmonaires*, loin d'être plus fréquentes à la montagne qu'à la plaine, comme on le croyait, sont plus rares.

Louèche est une station recommandable aux tuberculeux en été. Ils peuvent aussi chercher dans la boisson de l'eau minérale un moyen curatif, comme je l'ai déjà dit.

Tous ces malades des voies respiratoires trouvent à Louèche, s'ils ne peuvent monter, l'avantage d'une excellente promenade horizontale.

Dans la *disposition à la tuberculose*, avec développement imparfait du thorax et respiration insuffisante, on ne saurait aussi trop conseiller le séjour dans les altitudes.

La *fatigue cérébrale*, l'*épuisement nerveux*, suite de surmenage intellectuel, trouvent un remède dans les conditions climatiques, dans le spectacle des beautés de

la nature alpestre, dans le repos profond de la montagne, et enfin dans l'emploi judicieusement compris des bains et des douches.

La combinaison des bains et du climat m'a donné de bons résultats dans l'*agrypnie*.

Les *choréiques* peuvent profiter ici d'une cure de bains calmante.

Contre-indications.

Eviter d'envoyer à Louèche les individus atteints d'*emphysème*, de *bronchiectasie*, les *épileptiques*, les *sujets très faibles* ou *très âgés*. Les *enfants* se font, en revanche, un bien merveilleux à la montagne.

Quant aux sujets atteints d'*affections cardiaques*, soit *organiques*, soit *nerveuses* (palpitations), les altitudes leur étaient interdites jusqu'en ces dernières années. Actuellement, on les dirige au contraire sur la montagne, pour tonifier et fortifier le muscle cardiaque. Les expériences que j'ai faites jusqu'à présent sur ce point me semblent peu encourageantes. Les cardiaques ont facilement des palpitations à la montagne, soit spontanément, soit à la suite de promenades imprudentes; souvent, ils dorment mal. Les stations d'altitude seront conseillées pour des névroses cardiaques, peut-être aussi pour des lésions organiques récentes, chez des sujets jeunes, avec compensation normale. Mais on ne saurait être trop prudent en présence de cardiaques d'un certain âge, d'asystoliques, d'athéromateux ou de cœurs gras. Ces malades feront mieux de séjourner dans les stations d'altitude moyenne.



RENSEIGNEMENTS DIVERS

Itinéraire.

Voir la carte au commencement de cette notice.

Les voyageurs à destination de Louèche, venant du midi et du centre de la *France*, entrent en Suisse par la ligne Lyon-Genève-Lausanne; ceux de Paris et du nord, et ceux d'*Angleterre*, par la ligne Dijon-Pontarlier-Lausanne; ceux de l'est peuvent, ou prendre cette même ligne, ou arriver à Lausanne par Bâle-Neuchâtel.

De Lausanne à La Souste-Louèche (3 heures), la ligne remonte la vallée du Rhône; à St-Maurice se soude la ligne venant de Genève, par Evian et la rive sud du lac Léman. Par le beau temps, prendre à Genève ou à Ouchy-Lausanne le bateau à vapeur qui correspond à *Vil-leneuve*, à l'extrémité orientale du lac, avec les trains pour La Souste-Louèche (les billets délivrés par la compagnie du Jura-Simplon sont valables sur les bateaux).

De la Souste-Louèche (où l'on peut au besoin passer la nuit) à Louèche-les-Bains, on compte 3 1/2 heures en

diligence ou en voiture. On trouve à la gare de la Souste des voitures à 1 cheval pour 2 personnes, ou à 2 chevaux pour 4 — 5 personnes. La diligence fait le service une fois par jour, immédiatement après l'arrivée de l'express du matin.

Les voyageurs venant des *pays du nord* entrent en Suisse par Bâle, ou Schaffhouse, ou Romanshorn. De Bâle à Lausanne, on passe par Bienne-Neuchâtel; de Romanshorn ou Schaffhouse à Lausanne, par Zurich et Berne.

D'*Antriche*, la ligne de l'Arlberg, où circulent des trains directs, offre un moyen d'accès fort simple; elle se rattache à la route précédente à Zurich.

D'*Italie*, il existe deux chemins principaux : 1° le Mont-Cenis, Turin-Chambéry-Genève. 2° la route postale du Simplon, savoir : Milan-Domo d'Ossola, par chemin de fer, Domo d'Ossola-Brigue, en diligence ou voiture (9 1/2 heures), Brigue-la Souste-Louèche, en chemin de fer (40 minutes).

Les personnes qui ne craignent pas de marcher ou de monter à cheval pourront gagner Louèche par la Gemmi, chemin des plus curieux et des plus pittoresques. Elles suivront l'itinéraire suivant : Berne à Thoune, en chemin de fer; Thoune à Spiez, en bateau à vapeur ou diligence; Spiez à Kandersteg, en voiture ou diligence; Kandersteg à Louèche par la Gemmi, par un bon sentier de montagne que l'on peut parcourir à pied ou à cheval jusqu'au sommet du col (4 heures), où l'on a eu l'heureuse idée de bâtir un modeste hôtel; de là, descente à pied ou en chaise à porteurs sur Louèche, en

1 1/2 heure (il est interdit de descendre à cheval depuis le col jusqu'au pied des rochers). Ce trajet peut se faire en un jour depuis Thoune; toutefois il est préférable de coucher à Kandersteg.

Epoque favorable à la cure.

La saison commence en juin et se termine en septembre; sa durée varie suivant les années. L'époque la plus favorable s'étend de la troisième semaine de juin au milieu d'août. Le mois de septembre est souvent fort beau.

En prévision des journées pluvieuses et froides qui se présentent parfois à l'altitude de Louèche, même au milieu de l'été, il est indispensable de se munir de vêtements chauds.

Durée de la cure.

La cure de Louèche proprement dite (par les bains prolongés) dure au minimum 23 à 25 jours environ et peut se prolonger davantage, suivant la marche de la poussée. La cure par les bains courts peut durer moins longtemps.

Les malades du sexe féminin feront bien d'intercaler leur cure entre deux époques menstruelles, car il est très désagréable de devoir interrompre les bains au milieu de la poussée ou au moment où elle va débiter. Ces malades doivent donc arriver à Louèche soit immédiatement après les règles, soit avant leur apparition.

Etablissements de bains et d'hydrothérapie.

Louèche compte six établissements de bains, constitués d'une manière générale par de grandes piscines ou *carrés* d'une profondeur suffisante pour qu'un adulte assis ait de l'eau jusqu'au cou. On s'y baigne en commun, mais les deux sexes sont séparés. Il y a partout des douches chaudes dans un cabinet attenant au carré.

1° *Grand Bain*. Le Grand Bain communique avec l'hôtel de la Maison Blanche et avec sa dépendance par des passages couverts. Deux grands carrés pour les bains en commun, plusieurs carrés particuliers pour familles ou personnes devant ou désirant être isolées.

Au Grand Bain est annexée une installation d'*hydrothérapie* avec eau chaude des sources thermales à 40° et eau froide à 7° (douches de tous genres, en jet, en pluie, en cercle; douches écossaises; douches ascendantes et spéciales). On a créé récemment des installations pour la douche-massage d'Aix, qui est administrée par un doucheur-masseur de cette localité. Il existe en outre une salle spéciale pour la pulvérisation et l'inhalation de l'eau thermale.

2° *Bain Werra*. Quatre grands carrés; plusieurs carrés particuliers. Communique par des galeries avec les hôtels de Bellevue, de France et de l'Union.

3° *Bain Neuf*. Deux grands carrés, plusieurs carrés particuliers. Communique avec l'hôtel des Frères Brunner.

4° *Bain St-Laurent*, pour les baigneurs de 2^e classe.

Deux grands carrés; carrés particuliers. Ce bain a été reconstruit en 1887.

5° *Bain des Pauvres*, à l'entrée du village, bâti en 1879. Deux grands carrés; carrés particuliers. Destiné aux malades indigents soignés à l'Hôpital.

Ces cinq bains sont alimentés par les eaux de la source St-Laurent.

6° *Bain des Alpes*, attenant à l'Hôtel des Alpes. Trois grands carrés, nombreux carrés particuliers. Salle d'hydrothérapie complète. Alimenté par les sources des Guérisons.

Tous les carrés sont revêtus de ciment et communiquent avec des vestiaires chauffés.

Les bains sont ouverts de 5 à 10 heures du matin et de 2 à 5 heures du soir. L'eau, qui est trop chaude pour pouvoir être utilisée telle quelle, est amenée à la température voulue, sans mélange d'eau froide, par le passage dans des tuyaux réfrigérants et par l'agitation au contact de l'air.

Un changement qui me paraît indispensable, c'est de fournir aux carrés pendant toute la durée du bain un courant d'eau continu à la température convenable. Cette amélioration, qui est possible, et qui est réclamée depuis longtemps¹, s'impose aujourd'hui. Outre ses avantages au point de vue hygiénique, elle permettrait

¹ Voir les travaux de BONVIN, 1834, LORETAN, 1845, LAMBOSSY, 1849, LOMBARD, de Genève, 1862.

Une étude préliminaire de cette question de l'eau courante dans les carrés a été faite par M. HEILMANN-DUCOMMUN (de Mulhouse), et les résultats en ont été publiés en 1890.

d'assurer une température égale et régulière à tous les carrés, indépendante des variations de la température de l'air.

Il serait possible aussi de créer une grande piscine à natation, à l'instar de celle de Ragatz.

Il est interdit de se baigner dans les piscines où l'on prend les bains en commun sans avoir *une carte d'entrée délivrée par un médecin de la station* (art. 2 du règlement du 1^{er} mai 1886). Cette mesure d'intérêt général, absolument nécessaire, ne saurait être trop rigoureusement observée.

Autrefois, les malades des deux sexes se baignaient en commun et les carrés offraient le plus curieux spectacle. Le règlement de 1886 a rompu avec cet usage séculaire et a séparé les messieurs des dames dans des carrés spéciaux. Chaque baigneur porte un costume qui le couvre du cou aux pieds (on peut acheter ces costumes à Louèche); une petite planche flottant sur l'eau lui sert de table ou de soutien. Un certain décorum et quelques règles devenues obligatoires, du consentement de tous, préviennent toute infraction aux convenances. La conversation et les jeux servent à abréger des heures qui sans cela seraient mortellement ennuyeuses. L'animation est parfois fort grande dans les carrés, aussi les personnes qui redoutent beaucoup le bruit se baignent-elles souvent en carrés particuliers.

Tarif des bains.

1^o *Bains en commun.* Par jour et par personne :
Grand Bain, Bain Werra, Bain Neuf, Bain des Alpes,

2 francs; Bain de St-Laurent (2^e classe), 1 fr. 20 cent.

2^e *Bains particuliers*. Un carré pour une personne, 4 francs; 2 — 4 personnes, 3 francs; 5 — 6 personnes, 2 fr. 50 c., par jour et par personne.

3^e *Douches*. 0 fr. 50 à 1 franc.

Hôpital.

Les indigents sont reçus à l'Hôpital, sans distinction de nationalité ou de croyance; ils y trouvent logis, entretien, soins médicaux et bains, moyennant 1 fr. 50 cent. par jour.

Ils doivent être porteurs : 1^o d'un certificat d'indigence et de bonnes mœurs dûment légalisé; 2^o d'un certificat médical leur prescrivant la cure de Louèche.

Hôtels.

Louèche compte 6 hôtels de premier ordre, savoir les hôtels des *Alpes*, de *Bellevue*, de *France*, des *Frères Brummer*, de la *Maison Blanche*, de l'*Union*. Tous communiquent directement avec les bains par des passages bien clos, de façon que le malade peut se rendre au bain sans s'exposer à l'air extérieur, avantage assurément très précieux.

Deux hôtels de second rang, le *Guillaume-Tell* et le *Cheval Blanc*, conviennent aux bourses les plus modestes.

Les hôtels sont éclairés à la lumière électrique depuis 1889.

Les malades qui désirent venir à Louèche au moment le plus favorable, c'est-à-dire du commencement de

juillet au milieu d'août, feront bien de retenir leurs chambres d'avance.

Poste. — Pharmacie.

Louèche a un *bureau de télégraphes* ouvert toute l'année et un *bureau de poste* pour les lettres et les paquets, les envois d'argent, etc. Il y a pendant la saison trois distributions et trois expéditions de lettres par jour.

Une *pharmacie* est ouverte pendant la saison.

Promenades et excursions.

Le centre de la vie des étrangers et des baigneurs échappés à leur milieu aquatique, c'est la *Grande Promenade*, large allée horizontale plantée d'arbres, longue de 450 mètres, qui s'étend au sud des Bains, avec son prolongement, à peu près horizontal aussi, à travers le *Bois de Cythère*, belle forêt de mélèzes et de sapins jusqu'aux *Echelles d'Albinen* (une heure, aller et retour). On se promène aussi beaucoup au *Bois de Boulogne*, au nord des Bains, derrière l'Hôtel des Alpes.

Les promenades à la *cascade de la Dala*, à la *Chapelle de Bürchen*, à *Bodmen* et à sa *pierre celtique*, au village d'*Inden*, à celui d'*Albinen* par les *Echelles*, à la *Grotte de neige*, à la *vallée de Tempé*, au pied de la *Gemmi*, sont déjà plus longues (entre une et trois heures, aller et retour).

Des excursions plus considérables encore ont pour but l'*alpe de Clavinen* (1874 m.), l'*alpe de Feuillerette*

LIBRAIRIE J.-B. BAILLIÈRE ET FILS

- Bonnejoy.** Le végétarisme et le régime végétarien rationnel. Introduction par le docteur DUJARDIN-BEAUMETZ. 1891, 1 vol. in-16 de 342 pages. (*Biblioth. scientifique contemp.*) 3 fr. 50
- Bremond. (F.)** Les préjugés en médecine et en hygiène. 1 vol. in-16 de 160 pages. (*Petite Bibliothèque médicale.*) 2 fr.
- Les passions et la santé. 1 vol. in-16 de 160 pages. (*Petite Bibliothèque médicale.*) 2 fr.
- Caillaud.** Les maladies de la peau chez les enfants. 1 vol. in-18 jésus. (*Bibliothèque médicale variée.*) 3 fr. 0
- Carrière. (E.)** Le climat de l'Italie et des stations du midi de l'Europe, sous le rapport hygiénique et médical. 2^e édition. 1 vol. in-8 de 640 pages. 9 fr.
- Degoix.** Hygiène de la table. 1892, 1 vol. in-16 de 160 pages. (*Petite Bibliothèque médicale.*) 2 fr.
- Hygiène de la toilette. 1 vol. in-16 de 150 pages. (*Petite Bibliothèque médicale.*) 2 fr.
- Foussagrives.** Hygiène alimentaire. 3^e édition. 1 vol. in-8 de XLVII-688 pages 9 fr.
- Fox (G.-H.)** Iconographie photographique des maladies de la peau. 1 vol. in-4, 48 pl. photographiques coloriées, cart. 120 fr.
- Hardy (Alfred.)** Traité pratique et descriptif des maladies de la peau, par Alfred HARDY, professeur à la Faculté de médecine de Paris. 1887, 1 vol. in-8 de 1320 p., avec fig., cart. 18 fr.
- Jamnes (L.)** Aide-mémoire d'hydrologie, de minéralogie et de géologie. 1892, 1 vol. in-16 de 300 p., avec fig., cart. 3 fr.
- Lecoq.** L'eau sur le plateau central de la France. 1 vol. in-8 de 391 pages, avec 6 planches 6 fr.
- Lombard (H.-C.)** Traité de climatologie médicale, comprenant la météorologie médicale et l'étude des influences du climat sur la santé. 4 volumes in-8 40 fr.
- Les stations sanitaires au bord de la mer et dans les montagnes. Les stations hivernales, Choix d'un climat pour prévenir ou guérir les maladies. 1 vol. in-8 2 fr.
- Piesse (S.)** Histoire des parfums et hygiène de la toilette. 1889, 1 vol. in-18 jésus de 372 pages, avec 70 figures, cartonné. (*Bibliothèque des connaissances utiles.*) 4 fr.
- Schoutteten (H.)** De l'électricité considérée comme une cause principale de l'action des eaux minérales sur l'organisme. 1 vol. in-8 6 fr.



